

ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 7»

**Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету «Двигательное развитие»
для обучающихся 2-4 класса
(Вариант 2)**

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа предмета «Двигательное развитие» для обучающихся 2-4 класса с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития, разработана на основе:

- Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

-приказа Министерства Просвещения России от 24.11.2022 N 1026"Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации и от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- приказа Министерства Просвещения РФ от 20 мая 2020 г. № 254 «О федеральном перечне учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность». Перечень учебников, учебных пособий, используемых в учебном процессе ГКОУ "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 7" в 2023-24 учебном году;

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №7»;

- учебного плана государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 7»

- годового учебного календарного графика на текущий учебный год;

Целью программы является:

- коррекционно-развивающее обучение,
- улучшение состояния здоровья,
- повышение функциональных возможностей организма.

Коррекционный курс направлен на решение основных задач:

- коррекция и компенсация нарушений физического развития;
- мотивация двигательной активности;
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся заключается в следующем:

- коррекция наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей);
- развитие координационных способностей учеников, их уровень тренированности, способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно);
- коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопие, отставание в росте, в массе тела, дисплазии и т. д.);
- коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т. д.);
- устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т. д.);
- формирование здорового образа жизни и дальнейшей социализации.

Специфика предмета

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов).

У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью данного коррекционного курса.

Суть программы по двигательному развитию заключается в том, чтобы учесть все возможные подходы для компенсации, коррекции отклонений в физическом развитии младшего школьника с ограниченными возможностями здоровья с тем, чтобы приблизить его телесные, духовные, нравственные возможности к полноценной социокультурной жизни.

Общая характеристика учебного предмета

Программа по коррекционным занятиям на развитие физических качеств и возможностей «Двигательное развитие» учитывает особенности психических, физических и двигательных данных обучающихся, способствует физическому развитию, формирует основы изучаемых двигательных умений и навыков, определяет оптимальный объем знаний и умений по коррекционным занятиям, который доступен большинству обучающихся.

Обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Программа учитывает особенности физического и психического развития и деятельности учащихся, способствует их физическому и умственному развитию.

Коррекционные занятия помогают учителю обучать учащихся таким жизненно важным двигательным навыкам, как ходьба, бег, прыжки и метания и их совершенствование должно осуществляться на основе развития у детей быстроты, ловкости, гибкости, силы и выносливости, а также использования в занятиях специальных подводящих упражнений.

В процессе физического воспитания необходимо добиваться решения конкретных задач:

- учить правильному построению на уроках и знанию своего места в строю;
- учить правильному передвижению детей из класса на урок;
- учить ориентироваться в зале по конкретным ориентирам (вход, стены, потолок, пол, углы);
- учить простейшим исходным положениям при выполнении общеразвивающих упражнений и движению в различных пространственных направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);
- учить навыкам правильного дыхания (по показу учителя);

- учить выполнению простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- учить ходить и бегать в строю, в колонне по одному;
- прививать навыки координации движения толчка двумя ногами в различных видах прыжков;
- обучать мягкому приземлению в прыжках;
- учить прыжку толчком одной ноги и приземлению на две ноги;
- учить правильному захвату различных по величине предметов, передаче и переноске их;
- учить метаниям, броскам и ловле мяча;
- учить выполнять простейшие упражнения в определенном ритме;
- учить сохранению равновесия при движении по гимнастической скамейке;
- учить преодолению простейших препятствий;
- учить целенаправленным действиям под руководством учителя в подвижных играх.

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях. При обучении учитывается неоднородность состава класса (группы) и осуществляется индивидуальный подход к учащимся.

Формы организации деятельности учащихся: индивидуальные, групповые, коллективные (фронтальные).

В образовании детей с ОВЗ особое значение придается практической стороне специального образования - развитию жизненной компетенции. Компонент жизненной компетенции рассматривается как овладение знаниями и навыками, уже сейчас необходимыми обучающимся в обыденной жизни. Формируемая жизненная компетенция обеспечивает развитие отношений с окружением в настоящем.

Применяются следующие приёмы и методы обучения: беседа, объяснение, сравнение, упражнение, демонстрация, наблюдение. В силу разнородности состава класса освоение содержания осуществляется на доступном для каждого ребёнка уровне.

Этапы мониторинга:

1. Стартовая диагностика: проводится в начале учебного года, для выявления уровня актуального развития ребёнка, его потенциальные возможности.
2. Итоговая диагностика: проводится в конце учебного года, определяет характер динамики развития и позволяет составить дальнейший образовательный маршрут ребёнка или класса.

Планируемые результаты освоения программы

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимися АООП по варианту 2 является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

Ожидаемые личностные результаты освоения АООП также заносятся в СИПР и с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Ожидаемые личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- слушание и понимание инструкции педагога;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Личностные результаты оцениваются в общей системе экспертной оценки, используемой в образовательной организации.

Возможные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»:

- 1) восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:
 - освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в том числе с использованием технических средств);
 - освоение двигательных навыков, координации, последовательности движений;
 - совершенствование физических качеств: ловкости, силы.
- 2) соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:
 - умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения и другое;
 - повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.
- 3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры, туризм.
 - интерес к физической подготовке;
 - умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.

Возможные результаты освоения коррекционного курса:

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Контроль предметных ***результатов*** предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета обучающимся и не подразумевает его сравнение с другими детьми.

Календарно-тематическое планирование коррекционного курса двигательное развитие 2-3 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- часов	Дата
Ориентировка в пространстве			
1.	Ползание. Передвижение на четвереньках по коридору шириной 20—25 см, по гимнастической скамейке.	1	
2.	Произвольное лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.	1	
3.	Подлезание под препятствие и перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку	1	
4.	Повороты и перевороты. Повороты с фиксацией взгляда на разных ориентирах	1	
5.	Перевороты на гимнастических матах, кувырки.	1	
Двигательные умения и навыки			
6.	Гимнастические построения и перестроения	1	
7.	Шаги вперед, назад, в сторону.	1	
8.	Прыжки в длину с места (с широким использованием подводящих, различных по форме прыжков)	1	
9.	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	1	
10.	Ходьба за направляющим, с различным положением рук.	1	
11.	Упражнения в ходьбе, беге, различными прыжками	1	
12.	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Упражнения для пальчиков. Игра «Фигуры из пальцев».	1	
13.	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча.	1	
14.	Подбрасывание мяча на разную высоту. Упражнения с массажными мячами. Игра «Прокати мяч».	1	
15.	Метание мяча в цель. Подготовка кистей рук к метанию.	1	
16.	Броски и ловля мячей.	1	
17.	Метание малого мяча с места правой и левой рукой	1	
18.	Фиксация предметов с липкой лентой, собирание мозаики, лепка.	1	
19.	Развитие мышц рук и пальцев, с применением эспандера, гимнастической палки.	1	
Общеразвивающие двигательные умения (ОРУ)			
20.	ОРУ для всех групп мышц без предметов. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.	1	
21.	Эстафеты с применением мячей, скакалок, гимнастических палок.	1	
22.	Способы передвижения. Перевороты в кровати (мягком мате) со спины на левый, правый бок, на живот, с живота на спину	1	
23.	Шаги вперёд, назад, в сторону	1	
24.	Выполнение совместно с учителем упражнений для ручной моторики: ощупывание предметов с различными фактурами, с разными поверхностями, разных размеров и форм	1	

25.	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак.	1	
26.	Игры с мячом: переключивание мяча из руки в руку, катание мяча.	1	
27.	Переход из лежачего положения в сидячее, затем в положение стоя.	1	
28.	Лазание, перелазание.	1	
29.	Прыжки в длину.	1	
30.	Ходьба, бег, прыжки.	1	
31.	Метание мяча в цель.	1	
32.	Броски и ловля мячей.	1	
33.	Метание малого мяча с места правой и левой рукой.	1	
34.	Медленный бег с сохранением осанки, в колонне.	1	